

Za proizvodnju crvenih krvnih stanica potrebne su mnoge hranjive tvari. Najvažnije su željezo, vitamin B12 i folna kiselina, ali tijelo treba i (u tragovima) male količine vitamina C, riboflavina i bakra, kao i odgovarajuću ravnotežu hormona, posebno eritropoetina (hormon koji potiče stvaranje crvenih krvnih stanica). Bez tih hranjivih tvari i hormona, proizvodnja crvenih krvnih stanica je polagana i nedovoljna pa stanice mogu biti deformirane i nesposobne odgovarajuće prenositi kisik. Hronična bolest također može dovesti do smanjene proizvodnje crvenih krvnih stanica.